瑜[illegible]論卷第三十二　楊

弥勒菩薩說

三藏法師玄奘奉　詔譯

本地分中聲聞地第十三第三瑜伽處之三

云何初修業者始修業時於修作意

[illegible]隨所安立正修行時最初

[illegible]解[illegible]方斷意樂心一境性謂善通達

修瑜伽師最初於彼依瑜伽行初修

[illegible]教誨善來賢首汝等今者

[illegible]取相因緣或見或聞或心

比度增上分別取五種相一猒離相

二欣樂相三過患相四光明相五了
別事相問若依瑜伽行初修業者是
其貪行由不淨觀方可調伏云何教
彼取五種相荅應如是教誨善来賢
首汝等隨所依止彼彼聚落村邑而住
於中若聞所餘依止彼彼村邑聚落或
男或女先受安樂後遭苦厄或彼男
女自遭重病命終殞没或彼男女所
有知識親戚眷屬遭如是苦或彼聚
落村邑邊際喪失財寶或是他来强
敵所作或火所燒或水所漂或由惡

[illegible]失或由不善修營事業而
[illegible]喪失或由不善處分事業而有喪
失或為非愛共財得便而有喪失或
由家火而有喪失若汝現見非是傳
聞或即於此村邑聚落非是所餘村
邑聚落或非是此村邑聚落亦非他
人即汝自身先所觸證猛利樂受後
還退失廣說如前汝既如是聞已見
已應當生起深心猒患如是生死甚
為重苦所得自體極大艱辛而於其
中有如是等自他衰損差別可得謂

病衰損壽命衰損眷屬衰損財寶衰
損病病法性死死法性復有一類淨
戒衰損正見衰損由是因緣彼諸衆
生於現法中住諸苦惱於當来世往
諸惡趣諸興盛者雖現法中住諸安
樂於當来世往諸善趣而是无常於
彼无常現可證得若有領受興盛事
者後時衰損定當現前諸有領受衰
損事者後時興盛難可現前諸興盛
事皆是難得易失壞法如是汝應深
心猒患極善作意如理受持如是處
所難可保信我今於是生死流轉来

般涅槃未解脫心難可保信如是衰
損興盛二法匆現我前匆彼因緣令
我墮在如是處所生起猛利剛强辛
楚不適意苦即由此事增上力故我
當至誠慇樂於斷修不放逸又我如
是多安住故當於无義能作邊際如
是汝應善極作意如理受持汝取如
是猒離相已復應精勤取欣樂相當
自觀察所受尸羅為善清淨為不清
淨我或失念或不恭敬或多煩惱或
由無知於諸學處有所違犯既違犯

已我當如法以其本性增上意樂於
諸學處發起深心更不毀犯我於所
作當正應作於非所作不復當作以
要言之於諸學處當令增上意樂圓
滿亦令所有加行圓滿汝於如是正
觀察時若自了知戒蘊清淨雖不作
思我當發起清淨无悔然其法尒尸
羅淨者定生如是清淨無悔若起如
是清淨无悔雖不作思我起歡悅然
其法尒無有悔者定生歡悅如是且
於一種歡悅所依處所汝應生起清
淨無悔為先歡悅復於除障喜悅處

所當生喜悅謂我今者尸羅清淨有
力有能安住世尊所制學處於現法
中能得未得能觸未觸能證未證由
是處所生喜悅意若汝獲得前後所
證少分差別即由如是增上力故於
他圓滿所證差別謂諸如来或聖弟
子及自後時所證差別當生信解發
喜悅意如是行相諸適悅意先名歡
悅今名喜悅捴名悅意如是名為取
欣樂相取是相已復應教受告言賢
首汝由如是猒離相故調練其心復

由如是欣樂相故滋潤其心汝於斷滅世間貪憂應多安住隨於彼彼所緣境界勤修加行或奢摩他品或毗鉢舍那品即於彼彼所緣境界當令心住內住等住汝當獲得身心輕安及一境性汝若如是背諸黑品向諸白品由調練心滋潤心故復應數數取過患相謂於所有諸相尋思及隨煩惱取過患相言諸相者謂色等十相言尋思者謂欲等八隨煩惱者謂貪欲等五汝應於彼取過患相如是諸相能令其心作用遽務如是尋思

能令其心思慕躁擾如是隨煩惱能
令其心恒不寂靜若心作用諸相所
作思慕躁擾尋思所作恒不寂靜隨
煩惱所作由是令心苦惱而住是故
如是諸相尋思及隨煩惱是苦非聖
能引无義令心散動令心躁擾令心
染污汝應如是取過患相又汝應依
心一境性心安住性心無亂性以六
種行正取其相何等為六一无相想
二於無相中無作用想三无分別想
四於無分別中无所思慕無躁擾想

五寂靜想六於寂靜中離諸燒惱寂
滅樂想汝取如是過患相已復應數
數取光明相謂或燈明或大火明或
日輪明或月輪明既取如是光明相
已復詣塚間取青瘀相廣說乃至取
骨鎖相汝若不能往詣塚間當取綵
畫木石所作如是諸相取是相已還
所住處或阿練若或林樹下或空閑
室或在大牀或小繩牀或草葉座先
洗足已結跏趺坐端身正願安住背
念先於一境令心不散繫念在前復
於其中依六種想作意思惟謂无相

想無分別想寂靜想无作用想无所
思慕无躁擾想離諸燒惱寂滅樂想
又於其中汝當審諦周遍了知乱不
乱相分明現前如如審諦周遍了知
乱不乱相如是如是汝能了知諸相
尋思隨煩惱中所有乱相及能了知
心一境性隨六想修諸不乱相又汝
於此乱不乱相如是如是審諦了知
便能安住一所緣境亦能安住內心
寂止諸心相續諸心流注前後一味
无相无分別寂靜而轉又若汝心雖

得寂止由失念故及由串習諸相尋思隨煩惱等諸過失故如鏡中面所緣影像數現在前隨所生起即於其中當更修習不念作意謂先所見諸過患相增上力故即於如是所緣境相由所修習不念作意除遣散滅當令畢竟不現在前賢首當知如是所緣甚為微細難可通達汝應發起猛利樂欲為求通達發勤精進世尊依此所緣境相密意說言汝等苾芻當知衆善言衆善者謂於大衆共集會中威壯美色即此衆善最殊勝者謂

於多衆大集會中歌舞倡伎假使有
一智慧丈夫從外而来告一人曰咄
哉男子汝於今者可持如是平滿鉢
油勿令灩溢經歷如是大衆中過當
避其間所有衆善及諸冣勝歌舞倡
伎大等生等令有魁膾露拔利劒隨
逐汝行若汝鉢油一滴墮地此之魁
膾即以利劒當斬汝首斷汝命根苾
芻汝等於意云何是持鉢人頗不作
意專心油鉢拔劒魁膾不平地等而
能作意觀視衆善及諸冣勝歌舞倡

伎大等生耶不也世尊何以故是持
鉢人既見魁膾露拔利劒隨逐而行
極大怖畏專作是念我所持鉢油既
弥滿經是衆中極難將度脫有一滴
當墮地者定為如是拔劒魁膾當斬
我首斷我命根是人尒時於彼衆善
及諸冣勝歌舞倡伎大等生等都不
作意思念觀視唯於油鉢專心作意
而正護持如是苾芻我諸弟子恭敬
殷重專心憶念修四念住當知亦尒
言衆善者喻能隨順貪欲經等隨煩
惱法於中冣勝歌舞倡伎喻能隨順

尋思戲論蹤擾處法大等生者喻色
相等十種相法智慧丈夫喻瑜伽師
平滿油鉢喻奢摩他所安住心能令
身心輕安潤澤是奢摩他義露拔利
劍隨行魁膾喻先所取諸相尋思隨
煩惱中諸過患相專心將護不令鉢
油一滴墮地喻能審諦周遍了知乱
不乱相之所攝受奢摩他道由是能
令諸心相續諸心流注由精進力無
間策發前後一味无相无分別寂靜
而轉不起一心復緣諸相或緣尋思

及隨煩惱是瑜伽師復應如是慇懃
教誨於奢摩他初修業者告言賢首
汝若如是精勤修習奢摩他道如是
方便攝受正念正知俱行有喜樂心
乃名善修奢摩他道若復串習諸過
失故不能於中深心喜樂極大艱辛
勵力策發方現前者還應速疾出无
分別所緣境相於有分別所緣境相
繫念在前如先所取諸不淨相汝今
復應作意思唯先應用彼惟隨相行
毗鉢舍那或觀青瘀或觀膿爛廣說
乃至觀骨觀鏁或觀骨鏁汝於如是

初修觀時於一青瘀廣說乃至於一骨鏁當起勝解若於其中已串修習觀道明淨於所緣相明了勝解相續轉時復應於二於三於四於五於十二十三十四十五十或百青瘀或千青瘀乃至一切諸方諸維所有青瘀起无量行遍一切處无間勝解於中乃至無有容受一杖端處如於青瘀如是乃至骨鏁亦尒汝依如是勝解作意應當趣入真實作意於趣入時應作是念如我今者勝解所作无量

青瘀廣說乃至无量骨鏁真實青瘀
乃至骨鏁其量過此不可數知所以
者何從前際来於彼彼有彼彼趣中
輪迴生死我所曾經命終夭沒所棄
尸骸所起青瘀廣說乃至所起骨鏁
無量无邊如是所起推其前際不可
知故假使有能攝聚如是所棄尸骸
令不壞爛一切大地亦不容受於一
劫中所棄尸骸乃至骨鏁假使有能
鍛在一處其聚量等廣大脇山如從
前際後際亦尒乃至未能作苦邊際
如是汝依勝解作意應當起入真實

所意又非修習如是青瘀乃至骨鏁
毗鉢舍那應頻觀察纔應於一尸骸
青瘀起勝解已尋復令心於內寂靜
乃至於此所緣境相憙樂明淨无諸
擾惱不强勵力齊尒所時應於如是
尸骸青瘀發起勝解若纔於此乃至
勵力方現在前尒時於內應修寂靜
如於青瘀乃至骨鏁當知亦尒由此
道理乃至无量當知亦尒如是令心
內寂靜已復應發起寂靜勝解謂從
冣後无量青瘀乃至冣後无量骨鏁

內略其心方便除遣安置衆相不顯
現中不全棄捨有分别相亦不分别
唯即於此所緣境界安住其心無相
无分别寂靜而轉彼瑜伽師復應教
授告言賢首汝先所取諸光明相於
奢摩他品加行中及於毗鉢舍那品
加行中皆應作意如理思惟若汝能
以光明俱心照了俱心明淨俱心無
闇俱心修奢摩他毗鉢舍那如是乃
為於奢摩他毗鉢舍那道修光明想
若有最初於所緣境多不分明數習
勝解其相闇昧由是因緣後所修習

所有勝解亦不分明雖多串習而相
闇昧若有最初於所緣境多分分明
數習勝解其相明了由是因緣後所
修習轉復分明雖少串習而相明了
如是汝由善取如是厭離相故善取
如是欣樂相故善取如是奢摩他相
故善取如是毗鉢舍那相故善取如
是光明相故於時時中內心寂靜於
時時中由隨相行毗鉢舍那思擇諸
法即於不淨正修加行增上力故於
諸念住漸次趣入將趣入時汝應先

於內身所有三十六物始從鬚毛乃至小便善取其相汝應於是自內身中諸不淨物先當發起不淨勝解數數發起此勝解已復令其心於內寂靜如是名為於內身中修循身觀依自身內而發起故次應於外諸不淨物善取其相汝當發起青瘀勝解廣說乃至骨鏁勝解或狹小勝解或廣大勝解或无量勝解數數發起此勝解已復令其心於內寂靜如是名為於外身中修循身觀依他外身而發起故後復應於自身內外諸不淨物

善取其相令心明了又於他身內外
不淨善取其相令心明了於自所愛
汝當發起如是勝解復於死已出送
塚間至塚間已棄之在地棄在地已
至青瘀位至膿爛位廣說乃至至骨
鏁位發起勝解數數發起此勝解已
復令其心於內寂靜如是名為於內
外身修循身觀依自他身若內若外
而發起故汝復應於四無色蘊由聞
思增上力分別取其相於其三分發起
勝解一於奢摩他品二於无散乱品

三於毗鉢舍那品於奢摩他品者謂
若汝心於内略時起無相无分别寂
静想行及无作用無思慕无躁動離
諸燒惱寂滅樂想行於所緣境無乱
受等四無色蘊刹那刹那展轉名異
唯是新新而非故故相續流轉汝應
於此如理思惟發起勝解如是名
為於内受心法修循受心法觀於無
散乱品者謂汝於先取諸境界緣諸
境界隨不定地過去盡滅及今失念
心乱所生諸相尋思隨煩惱境增上
受等四無色蘊汝應於此如理作意

如是諸法其性皆是誑幻所作暫時
而有率尒現前多諸過患其性无常
不可保信汝應如是發起勝解如是
名為於外受心法修循受心法觀於
毗鉢舍那品者謂汝善取毗鉢舍那
相已住有相有分別作意於有分別
有相所緣增上內所生受等四無色
蘊如理作意思惟此法剎那剎那展
轉別異唯是新新而非故故相續流
轉如前所說發起勝解如是名為於
內外受心法修循受心法觀如是汝

由依不淨觀正修加行增上力故於
四念住當得趣入又汝應於念住加
行時時修習勝奢摩他毗鉢舍那汝
於如是四念住中安住正念隨依彼
彼村邑聚落邊際而住於心隨順趣
向臨入所緣境界汝應捨此所緣境
相入彼村邑聚落乞食應當善避惡
象惡馬惡牛惡狗惡蛇惡狩坑澗壕
塹株杌毒刺泥水糞穢及應遠離諸
惡威儀穢坐卧具汝應如是善護己
身善於如是諸境界相不應策發諸
根汝應於彼不作功用善守諸根善

於如是諸境界相應當策發諸根汝
應於彼正作功用善住正念令諸煩
惱不起現行汝應如是善護已身善
守諸根善住正念於彼作意善知其
量受用飲食又汝應與在家出家說
應量語說應理語說應時語說正直
語說寂靜語一切世間非法言論皆當遠
離雖復宣說如法言論不應諍競何以
故若諸士夫補特伽羅住諍競語互相
難詰其心便住多戲論中多戲論故
其心掉舉心掉舉故心不寂靜不寂

靜故便令其心遠三摩地如是行已
汝應速疾不捨所緣結跏趺坐於奢
摩他毗鉢舍那如所取相由恒常作
及畢竟作修瑜伽行猶如世間鑽火
方便起無間加行及殷重加行汝應
如是恒常修作畢竟修作又汝應起
如是願心假使一切贍部洲人盡贍
部洲曾經壽量今皆揔集在我一身
我亦盡此無量壽命決定於斷瑜伽
作意勝奢摩他毗鉢舍那精勤修習
時无暫捨由正了知如是所修瑜伽
加行有大勝果大勝利故何況如是

少分壽量少時存活雖極遠去不過
百年委悉筭計但須臾頃如是汝應
隨所教誨恒常修作畢竟修作若為
此義受習於斷汝於此義必當獲得
汝當最初證得下劣身心輕安心一
境性後當證得世出世間廣大圓滿
初修業者始修業時善達瑜伽諸瑜
伽師依不淨觀如是教誨名正教誨
如是修行名正修行如說貪行是不
淨觀之所調伏如是瞋行是慈愍觀
之所調伏乃至最後尋思行是阿那

波鄰念之所調伏如其所應皆當了
知其中差別餘趣入門我當顯示依
慈愍觀初修業者於外親品怨品及
中庸品善取相已處如法坐由利益
安樂增上意樂俱行定地作意先於
一親一怨一中庸所發起勝解於此
三品由平等利益安樂增上意樂俱
行作意欲與其樂如是念言願彼求
樂諸有情類皆當得樂謂或无罪欲
樂或无罪有喜樂或無罪無喜樂次
後或於二親或於三親或於四親或
於五親十親二十三十如前乃至遍

諸方維其中親品充滿无間發起勝
解於中乃至無有容受一枚端處如
於親品如是於怨及中庸品當知亦
尒又彼不捨慈愍加行即由修習如
是慈愍於諸念住能正趣入云何趣
入謂趣入時應當發起如是勝解如
彼於我謂親謂怨謂中庸品我既欲
樂猒背其苦如是名為於其內身修
循身觀餘亦於彼謂親謂怨謂中庸
品如我彼亦欲樂背苦如是名為於
其外身修循身觀如我既尒彼諸有

情亦復如是如我自欲求得勝樂彼
諸有情亦復如是彼諸有情與已平
等與已相似我當與彼利益安樂如
是名為於內外身修循身觀此四念
住揔緣諸蘊為境界故當知說名壞
緣念住若修行者但取色相謂取顯
相形相表相於親品怨品及中庸品
而起勝解由此建立唯身念住彼復
依止勝解作意能正趣入真實作意
謂趣入時起是勝解我於乃至无量
有情發起勝解利益安樂增長意樂
如是我從先際已来所有親品怨品

及中庸品落謝過去諸有情類其數
無量甚過今者勝解所作如是過去
諸有情類為我親已復為我怨為我
怨已復為我親為怨親已復為中庸
為中庸已復為怨親由是義門一切
有情平等平等无有少分親性怨性
及中庸性而非真實由是因緣遍於
三品起平等心平等應與利益安樂
如從先際如是後際於生死中當復
流轉應知亦尒又我於彼先際已來
諸有情類未曾發起慈愍之心彼皆

過去今起慈愍復有何益但為除遣
自心垢穢令得清淨故起念言當令
過去諸有情類皆得安樂諸未来世
非曾有者亦皆令彼當得安樂如是
趣入真實作意慈愍住中諸福滋潤
諸善滋潤望前所修勝解作意慈愍
住中所獲福聚彼於百分不及此一
彼於千分不及此一彼於數分筭分
計分鄔波尼煞曇分不及此一餘如
前說又於緣性緣起觀中㓨修業者
由聞思慧增上力故分別取相謂諸
有情由有種種无智愚癡現見無常

妄計為常現見不淨妄計為淨現見其苦妄計為樂現見无我妄計為我彼諸有情有如是等種種顛倒顛倒為因於現法受及後所生諸自體中發起貪愛由貪愛故造作種種生根本業此煩惱業為因緣故感得當来純大苦蘊彼既善取如是相已復於其內發起勝解謂我今此純大苦蘊亦如是生又我自體無邊無際從先際来初不可知亦如是生彼諸有情去来現在一切自體苦蘊所攝亦皆

如是已生當生如是緣性緣起正觀一切皆是真實作意更无所餘勝解作意若於自身現在諸蘊緣性緣生作意思惟是名於内身受心法住彼循觀若於他身現在諸蘊緣性緣生作意思惟是名於外身受心法住彼循觀若於自他過去未来所有諸蘊緣性緣生作意思惟名於内外身受心法住彼循觀餘如前說又於界差别觀初修業者先取其外所有堅相所謂大地山林草木塼石瓦礫末尼真珠琉璃蠡貝珊瑚玉等取彼相已

復於內堅而起勝解次取其外諸大
水相所謂江河泉流陂湖池沼井等
取彼相已復於內濕而起勝解次取
其外諸大火相所謂熱時烈日炎熾
焚燒山澤突火蔓延窯室等中所有
諸火取彼相已復於內煖而起勝解
次取其外諸大風相所謂東西南北
等風乃至風輪取彼相已復於內風
而起勝解次取其外諸大空相所謂
諸方無障無礙諸聚色中孔隙竅穴
有所容受善取如是空界相已於內

空界而起勝解後由聞思增上力故
起細分别取識界相所謂內眼處不
壞外色處現前若无能生作意正起
所生眼識亦不得生與是相違眼識
得生如是乃至意法意識當知亦尒
取是相已次起勝解了知如是四大
身中有一切識諸種子界種性自性
又於如是四大種中先起支節麁大
勝解後起分析種種細分微細勝解
如是漸次分析乃至向遊塵量如是
漸漸乃至極微而起勝解一一支分
尚起无量㝡極微塵積集勝解何況

身中一切支分如是名為界差別觀
中分析諸色界差別邊際微細勝解
次於空界先當發起所有廣大空界
勝解所謂眼耳鼻喉筒等種種竅穴
由是吞咽於是吞咽既吞咽已由是
下分不淨流出次後漸漸發起種種
微細勝解乃至身中一切微細諸毛
孔穴皆悉了知後於識界漸漸發起
所依所緣及以作意三世時分品類
差別无量勝解即於識界起勝解時
由諸所依所緣勝解分析識界亦於

十種所造諸色而起勝解如諸大種微細分析此亦如是若於自身各別諸界而起勝解是名於內諸念住中住彼循觀若於其餘非有情數所有諸界而起勝解是名於外住彼循觀若於其餘諸有情數所有諸界而起勝解名於內外住彼循觀復有異門謂於已身而起勝解臨捨命時如前廣說至青瘀位或復膿爛即於膿爛發起種種流出勝解漸漸膿流展轉增廣乃至大海大地邊際膿悉充滿發起如是膿勝解已次復發起火燒

勝解謂此身分无量无邊品類差別
為大火聚無量無邊品類燒燼火既
滅已復起餘骨餘灰勝解復起无量
無邊勝解碎此骨灰以為細末復起
無量大風勝解飄散此末遍諸方維
既飄散已不復觀見所飄灰骨及能
飄風唯觀有餘眇漭空界如是由其
勝解作意依於內外不淨加行入界
差別於其身相住循身觀從是趣入
真實作意謂由如是勝解作意於內
外身住循身觀由勝解力我此所作

无量无邊水界火界地界風界虛空
界相我從無始生死流轉所經諸界
无量无邊甚過於此謂由父母兄弟
姊妹眷屬喪亡及由親友財寶祿位
離散失壞悲泣雨淚又飲母乳又由
作賊擁逼刼掠穿牆解結由是因緣
遭无量度截手刖足斬頭劓鼻種種
解割身諸支節由是因緣血流無量
如是所有淚乳血攝水界水聚四大
海水皆悉盈滿於百分中不及其一
廣說如前又於諸有諸趣死生經無
量火焚燒尸骸如是火聚亦无比況

又經无量棄捨骸骨狼藉在地亦無
比況又經無量風界生滅分析尸骸
亦无比況又經無量諸尸骸中眼等
竅穴又經无量諸識流轉後後尸骸
新新發起乃至今者審後尸骸諸識
流轉如是安立後際諸趣期限无定
如是乃至無量識界又於阿那波那
念正加行中初修業者先於舍宅前
後窓門或打鐵師或鍛金銀師吹筒
囊袋或風外聚入出往来善取相已
由緣於內入出息念於入出息而起

勝解彼復先於微細息風經心胸處
麁穴往來而起勝解然後漸漸於衆
多風而起勝解所謂乃至一切毛孔
風皆隨入而起勝解如是所有一切
身分風聚所隨風聚所攝風聚藏隱
无量風聚於中積集如妬羅綿或疊
絮等諸輕飄物於是諸相而起勝解
彼若於內入息出息流轉不絕作意
思惟尒時名為於其內身住循身觀
若復於他死尸骸中青瘀等位入息
出息流轉斷絕作意思惟尒時名為
於其外身住循身觀若復於自臨欲

死時而起勝解或於已死入息出息
无有流轉而起勝解或於未死入息
出息无有流轉而起勝解由法尒故
尒時名為於內外身住循身觀遍於
一切正加行中應修如是止品助伴
止品所攝無倒加行所餘一切如前
應知如是所有初修業者蒙正教誨
修正行時安住熾然正知具念調伏
一切世間貪憂若於如是正加行中
恒常修作畢竟修作无倒作意非諠
內等所能動乱是名熾然若於如是

正加行中修奢摩他毗鉢舍那審諦
了知乱不乱相如是名為正知具念
若能善取諸猒離相諸欣樂相如是
乃名調伏一切世間貪憂由是因緣
宣說彼能安住熾然乃至調伏世間
貪憂先發如是正加行時心一境性
身心輕安微劣而轉難可覺了復由
修習勝奢摩他毗鉢舍那身心澄淨
身心調柔身心輕安即前微劣心一
境性身心輕安漸更增長能引强盛
易可覺了心一境性身心輕安謂由
因力展轉引發方便道理彼於尒時

不久當起强盛易了身心輕安心一境性如是乃至有彼前相於其頂上似重而起非損惱相即由此相於內起故能障樂斷諸煩惱品心麁重性皆得除滅能對治彼心調柔性心輕安性皆得生起由此生故有能隨順起身輕安風大偏增衆多大種来入身中因此大種入身中故能障樂斷諸煩惱品身麁重性皆得除遣能對治彼身調柔性身輕安性遍滿身中狀如充溢彼初起時令心踊躍令心

悅豫歡喜俱行令心喜樂所緣境性於心中現從此已後彼初所起輕安勢力漸漸舒緩有妙輕安隨身而行在身中轉由是因緣心踊躍性漸次退減由奢摩他所攝持故心於所緣寂靜行轉從是已後於瑜伽行初修業者名有作意始得墮在有作意數何以故由此最初獲得色界定地所攝少分微妙正作意故由是因緣名有作意得此作意初修業者有是相狀謂已獲得色界所攝少分定心獲得少分身心輕安心一境性有力有

能善修淨戒所緣加行令心相續滋
潤而轉為奢摩他之所攝護能淨諸
行雖行種種可愛境中猛利貪纏亦
不生起雖少生起依止少分微劣對
治暫作意時即能除遣如可愛境可
憎可愚可生憍慢可尋思境當知亦
尒宴坐靜室暫持其心身心輕安疾
疾生起不極為諸身麁重性之所逼
惱不極數起諸蓋現行不極現行思

慕不樂憂慮俱行諸想作意雖從定
起出外經行而有少分輕安餘勢隨
身心轉如是等類當知是名有作意
者清淨相狀

瑜伽師地論卷第三十二